



**歯のはなし**

えいせいしゅうがん  
歯の衛生週間が今年から『歯と口の健康週間』に変わります



毎年6月4日～10日までの間、厚生労働省・文部科学省・日本歯科医師会の共同で「歯の衛生週間」が全国で展開されていますが、実は55年もの長い間親しまれてきたこの名称が、今年から『歯と口の健康週間』へと変わります。

これまでの「歯の衛生週間」では、国民の皆さんに「歯の衛生に関する正しい知識を知ってもらうこと」「歯の病気の予防・早期発見・早期治療を行なって、健康の保持や増進に役立てていただくこと」が目的でしたが、今回の名称変更で、これからは歯だけでなく、“歯を含めたお口全体への意識を高めていただくこと”がねらいとなりました。



歯・お口の病気といえば、「むし歯」「歯周病」を思い浮かべる方が多いと思いますが、これら病気で起こる最終的な結果は“歯の喪失”です。

歯を失ってしまうと噛むための機能が落ちてしまって、柔らかいものしか食べられなくなったり、栄養の偏りによる生活習慣病を招いたり、食欲が落ちて栄養不足を招くこともあります。そして、栄養が不足した状態が長く続くと、筋力の低下や運動機能の低下などを招いて、身体能力を壊す原因にもなってしまいます。

また、お口に潜む「歯周病菌」は、歯の周りだけに炎症を起こすわけではありません。例えば、唾液に歯周病菌が混ざり肺に運ばれると、“誤嚥性肺炎”になったり、“動脈硬化”を引き起こすこともあるのです。



今年から「歯と口の健康週間」に名称変更されたのを機に、体の健康ととても関係が深い“歯やお口の健康”について、今一度考えてみてはいかがでしょうか。

## 「歯の衛生週間」の名称の移り変わり



歯の衛生週間は、今から85年前（昭和3年）に日本歯科医師会が始めたものです。当初は「むし歯予防デー」という名称でしたが、その後「護歯日」「健民運動ムシ歯予防運動」へと名称が変わっていきます。その後、太平洋戦争で一時中止されましたが、昭和24年から再開。そして、昭和33年から昨年まで「歯の衛生週間」という名称で展開されていました。その「歯の衛生週間」が今年から、『歯と口の健康週間』へと名称変更されます。

## ■名称の移り変わり一覧表■

昭和3～13年	むし歯予防デー
昭和14年～16年	護歯日
昭和17年	健民運動ムシ歯予防運動
昭和18～23年	太平洋戦争のため 全国統一した運動は中止
昭和24～26年	口腔衛生週間
昭和27年～30年	口腔衛生強調運動
昭和31年～32年	口腔衛生週間
昭和33年～平成24年	歯の衛生週間
平成25年～	歯と口の健康週間

### クイズのこたえ

#### 2 口の中で横向きになってしまいこまれている

毒蛇は獲物をくわえると牙から毒を出して獲物を仕留めます。この毒牙も歯の一種で、普段は口の中で横向きになってしまいこまれており、大きく口を開けた時に起き上がるような仕組みになっています。